



Утверждаю

Директор МОУ СШ №62  
В.Б. Генералова

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

13.11.2024

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562 | 90/30        | 10,30            | 10,60   | 14,10       | 195,60                        | ТТК №562    |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129      | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20       | 244,50                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241            | 200          | 0,18             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 118,33                        | ТТК №6      |                  |
| Итого за прием пищи:                      | 520          | 19,53            | 20,25   | 84,45       | 616,43                        |             |                  |

Зав. производством

ООО «Виво-Маркет»  
ИНН 3461061226  
Столовая в МОУ СШ №62  
КРА пер. Обводной, 1а



Утверждаю  
*В.В. Генералова*  
Директор МОУ СШ №62

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

13.11.2024

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562 | 100/30       | 12,70            | 12,80   | 15,50       | 227,30                        | ТТК №562    |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129      | 180          | 6,12             | 10,98   | 41,04       | 293,40                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241            | 200          | 0,18             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                     | 70           | 5,36             | 0,68    | 32,80       | 159,57                        | ТТК №6      |                  |
| Итого за прием пищи:                      | 580          | 22,16            | 24,18   | 90,86       | 673,37                        |             |                  |

Зав. производством

ООО «Вибо-Маркет»  
ИНН 3461061226  
Столовая в МОУ СШ №62  
КРА пер. Обводной, 1а



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

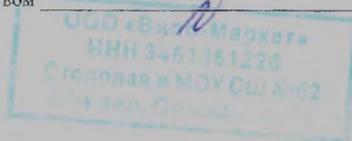
13.11.2024



3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Обед                             |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                 | 60           | 0,90             | 0,06    | 5,10        | 24,40                         | ТТК №3      |                  |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44   | 200          | 1,30             | 4,60    | 13,10       | 90,30                         | ТТК №44     |                  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48     | 150          | 12,40            | 17,60   | 22,20       | 306,30                        | ТТК №48     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №301    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6            | 60           | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 142,00                        | ТТК №6      |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7          | 60           | 3,96             | 0,72    | 20,04       | 104,00                        | ТТК №7      |                  |
| Итого за прием пищи:             | 730          | 23,60            | 23,6    | 104,62      | 727,00                        |             |                  |

Зав. производством





Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

13.11.2024



Утверждаю

Директор  
СШ № 62  
Генералова

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                             |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                 | 100          | 1,50             | 0,10    | 8,50        | 40,70                            | ТТК №3       |                     |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44   | 250          | 1,60             | 5,80    | 16,40       | 112,90                           | ТТК №44      |                     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48     | 200          | 16,50            | 23,50   | 29,60       | 408,40                           | ТТК №48      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                            | ТТК №301     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6            | 60           | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 142,00                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7          | 60           | 3,96             | 0,72    | 20,04       | 104,00                           | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:             | 870          | 28,60            | 30,72   | 118,72      | 868,00                           |              |                     |

Зав. производством

**ООО «Био-Маркет»**  
**ИНН 3401061226**  
**Столовая в МОУ СШ №62**  
**КРА пер. Обводной, 1а**



Серждаю  
Директор МОУ СИ-62  
Видялова Е.Б.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдник) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

13.11.2024

3 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Полдник                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ             | 100          | 6,46             | 6,40    | 61,98       | 332,66                        | ТТК №39      |                  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342 | 200          | 0,20             | 0,20    | 27,50       | 112,70                        | 342          | 2011             |
| Итого за прием пищи:                 | 300          | 6,66             | 6,60    | 89,48       | 445,36                        |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Сверждаю  
Директор МОУ ССИ-62  
Джерасова Е.Б.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдник) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

13.11.2024

3 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Полдник                              |              |                  |             |               |                               |              |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ             | 150          | 8,79             | 8,49        | 85,95         | 456,90                        | ТТК №39      |                  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342 | 200          | 0,20             | 0,20        | 27,50         | 112,70                        | 342          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>350</b>   | <b>8,99</b>      | <b>8,69</b> | <b>113,45</b> | <b>569,60</b>                 |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_